**"Волейбол"**

Спортивная деятельность направлена на совершенствование интеллектуального и физического развития ребенка.

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний, общая и специальная физическая подготовка,  техника и тактика игры. Игра способствует развитию хорошей координации движений, ловкости, гибкости, физической силы, проявления смелости и сообразительности.

**ПЕДАГОГИ**

Борлаков Исмаил Аубекирович, учитель физической культуры, педагог высшей квалификационной категории.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

Вводная часть.

Теоретическая подготовка. Основные правила игры волейбол.

История развития волейбола.

Гигиена тренировочного процесса, врачебный контроль.

Легкоатлетические упражнения.

Подвижные игры.

Спортивные игры по упрощённым правилам.

Специальная подготовка.

Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий.

Техническая подготовка, техника нападения, техника защиты.

Техническая подготовка: стойка и перемещения игрока, передача мяча над собой в кругу, стоя у стены, передача мяча снизу над собой и с продвижением вперед, подача мяча.

Тактическая подготовка: действия при второй передаче, прием мяча снизу, взаимодействие в команде.

**ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ**

Формирование и освоение основ содержания физической деятельности и спортивной направленностью углублённое изучение спортивной игры волейбол.

**РЕЗУЛЬТАТ ПРОГРАММЫ**

Выработать навык игры в команде, физическое развитие, укрепление психо-физического здоровья

**ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ**

Наличие спортивной формы одежды.

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА**

Ресурсное обеспечение

Материально-техническое. Для проведения занятий в школе должен быть зал: минимальные размеры 24 х 12 м.

Для проведения занятий в секции волейбола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

Сетка волейбольная - 2 шт.

Гимнастические стенки - 6-8 шт.

Гимнастические скамейки - 3-4 шт.

Гимнастические маты - 3 шт.

Скакалки — 15 шт.

Мячи набивные (масса 1 кг) - 15 шт.

Резиновые амортизаторы - 15 шт.

Мячи волейбольные  - 30 шт.

Информационно– методическая литература.

**Возраст:**от 10 до 18 лет

**План приема:**до 15 детей

**Форма обучения:**очная

**ОВЗ:**Нет

**Адрес:**

369316, Карачаево-Черкесская Республика, Усть-Джегутинский муниципальный район, аул Джегута, ул.Гербекова, д.11

**Муниципалитет:**

[Усть-Джегутинский р-н](https://xn--09-kmc.xn--80aafey1amqq.xn--d1acj3b/directivities?municipality=11)

**Все программы организатора:**

[МКОУ «СОШ а.Джегуты»](https://xn--09-kmc.xn--80aafey1amqq.xn--d1acj3b/directivities?organizer=314)

**Контакты организации:**

+7 (878) 754-61-04

d.sosh@mail.ru

<https://school-dzheg.kchrschool.ru/>

### Группа Борлакова И.А., 10-18 лет (артикул 1571)

**Преподаватель:** Борлаков Исмаил Аубекирович

**Возраст:**от 10 до 18 лет

**План приема:** от 6 до 15 человек (10 занято)

**Год обучения:**  2020 — 2021 учебный год

**Период обучения:** 01.09.2020 — 28.05.2021 (46 часов)

### Обучение оплачивается за счет бюджета.

### Расписание занятий

* **пн**
* **вт**
* **ср**
* **чт**
	+ **13:00 — 13:45**
* **пт**
* **сб**
* **вс**